

2026 (令和8)年度 出前講座  
元気に楽しいシニアライフ申込書

申込日：2026年\_\_月\_\_日

フリガナ	
団体名	○で選択→ (おでかけ広場、ふれあい・いきいきサロン、老人会、その他)
フリガナ	
代表者氏名	
代表者住所	〒 一宮市
電話番号	※開催当日連絡が取れる番号を記入してください
希望内容	番号 ( ) 内容 ( )
第1希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第2希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
第3希望日	年 月 日 ( ) 時 分～ 時 分
参加予定人数	( ) 名
開催会場	フリガナ
	会場名
	会場住所 一宮市
会場設備	エアコン <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし 椅子 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし 床 <input type="checkbox"/> フローリング <input type="checkbox"/> カーペット <input type="checkbox"/> 畳 <input type="checkbox"/> その他 ( ) ※空調設備の有無により、日程の変更をお願いする場合があります。
駐車場	2台分の駐車場 <input type="checkbox"/> 会場併設の駐車場 <input type="checkbox"/> その他 ( 駐車場所： )
その他	※連絡事項等ある場合はご記入ください。

き  
り  
と  
り

# 2026(令和8)年度 出前講座 元気に楽しいシニアライフ

【内容】 あなたの地域に講師が出向き、介護予防の講話や実技等を行います。

【対象】 市内のおおむね60歳以上の方が参加する市民主体の団体  
※施設入所者や介護保険サービス（デイサービスなど）利用者は除く

【派遣日時】

9月1日(火)～2027年3月26日(金)の月～金曜日（祝日年末年始を除く）  
午前9時30分～午後4時30分 時間は60分～90分

【講師】 リハビリ専門職、管理栄養士、健康づくりリーダー

【受講料】 無料

【申し込み・決定】

- ・ 6月1日(月)～7月24日(金)までに、下表①～⑦より一つ選択し  
申込書(右ページ)を郵送・FAXにて提出か二次元コードより申込
- ・ 申し込み期間終了以降のお申し込み希望については直接ご相談ください。
- ・ 講師等と日時調整の結果、代表者に決定通知を送付します。  
(講師の調整に1カ月以上時間を要する場合がございます)
- ・ 申し込みは1団体につき年1回のみ



↑申し込み

【お願い】

- ・ 2台分の駐車場の確保をお願いします
- ・ 申込時より参加人数が5名以上多くなる場合は事前にお知らせください。
- ・ 空調設備の有無により日程の変更をお願いする場合があります。

【申し込み先・問い合わせ先】

一宮市役所 高年福祉課（2階27番窓口）

住所：〒491-8501 一宮市本町2丁目5番6号

電話：28-9151（直通） F A X：73-1019

(控)

第1希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
第2希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
第3希望日	年 月 日 ( )	時 分～ 時 分
番号	内容	講師
1	ストレッチ・リズム体操等	1 健康づくりリーダー
2	転倒予防の話と簡単な体操	2～6 リハビリ専門職
3	痛みの話と簡単な体操	
4	認知症予防の話と簡単な体操	
5	むせ予防の話と簡単な体操	7 管理栄養士
6	骨粗鬆症予防の話と簡単な体操	
7	低栄養を防ぐ食事の話	